

**“No se deja de crear al envejecer.
Se envejece cuando se deja de
crear”**

Sigfredo Quintero Contreras

DOMINIOS PARA PROMOVER EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO.

- Estilos de vida y Funcionamiento físico
- Funcionamiento Cognitivo
- Funcionamiento Afectivo
- Funcionamiento social

Fernández Ballesteros

XXII JORNADAS DE PARTICIPACIÓN DE LOS MAYORES

VALDEPEÑAS

**envejecimiento
activo**



MAYO - SEPTIEMBRE 2011

PROMUEVE: JUNTA DE COMUNIDADES DE CASTILLA LA MANCHA
ORGANIZA: CENTRO DE MAYORES (CONSEJERÍA DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL)
COLABORA: EXCMO. AYUNTAMIENTO DE VALDEPEÑAS

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES FORMATIVAS

CURSO: "PENSAMIENTO CREATIVO: FUENTE DE SALUD FÍSICA Y PSÍQUICA"

27 de Mayo: La creatividad

3 de Junio: Pensamiento lógico y pensamiento lateral

6 de Junio: Las capacidades divergentes. Originalidad, iniciativa, fluidez, divergencia, flexibilidad, sensibilidad, autoestima, motivación, independencia, innovación, racionalización, empatía....

13 de Junio: Los obstáculos de la creatividad. Pensamiento negativo.

20 de Junio: Técnicas creativas.

27 de Junio: Ejercicios para estimular la creatividad. Evaluación del curso.

Curso impartido por la psicóloga Dña. María González Garzón, de 12:00 a 13:30 horas en la Biblioteca del Centro de Mayores.

HISTORIAS DE VIDA

2 de Septiembre: "Abuelo, cuéntame un cuento, Cuéntame un cuento, nieto", a cargo de las profesoras y grupos de cultura y alfabetización del Centro.

ACTIVIDADES ARTESANALES

XXX EXPOSICIÓN DE ARTESANÍA DE LOS MAYORES

Del 27 al 30 de Mayo en el Auditorio Francisco Nieva.

Premios concedidos por el Ayuntamiento y Centro de Mayores de Valdepeñas.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

XVII OLIMPIADAS SENIOR

8 de Junio: Inauguración de las Olimpiadas. Tabla de gimnasia. Pabellón Polideportivo del Sur, a las 10:30 horas.

10 de Junio: Marcha sobre pista y Juegos al aire libre: tÁNGANA, petanca y mocho. Polideportivo "La Molineta" a las 10:00 horas.

14 de Junio: Tai-Chi. Plazoleta Balbuena, a las 10:00 horas.

26 de Mayo: Ruta senderismo "El Chiquero - Luciana", Ciudad Real (recorrido 8 km. 3,30 h.) con ADECAM.

XX JUEGOS DE VERANO

Se celebraran en el Centro de Mayores los días 25 al 29 de Julio, los campeonatos de: TRUQUE, TUTE, DOMINO, BILLAR, CINQUILLO y AJEDREZ.

Premios y trofeos concedidos por el Ayuntamiento de Valdepeñas.

ACTIVIDADES INTERGENERACIONALES

Invitación a niños y jóvenes a la Inauguración de las Olimpiadas de Mayores que se celebrará el día 8 de Junio, en el Pabellón Polideportivo del Sur, a las 10:30 horas.

Pintura intergeneracional al aire libre el 29 de Julio en la Plazoleta de Balbuena, a las 10:00 horas.

Premios concedidos por el Ayuntamiento de Valdepeñas.

ACTIVIDADES SOCIALES

Inauguración de las Jornadas el día 18 de Mayo, a las 13:00 horas en el Centro de Mayores.

Finalizado el acto, la Coral del Centro de Mayores interpretará el Himno de la alegría. A continuación se servirá una copa de Vino de Valdepeñas.

Inauguración de la XXX Exposición de Artesanía de los Mayores el 27 de Mayo, a las 13:00 horas en el Auditorio Francisco Nieva. A continuación se servirá una copa de Vino de Valdepeñas.

Clausura y entrega de premios de la XXX Exposición de Artesanía el día 30 de Mayo, a las 13:00 horas en el Centro de Mayores. A continuación se servirá una copa de Vino de Valdepeñas.

Acto de Clausura de las XXII Jornadas de Participación de los Mayores y lectura del Acta de los premios de los Juegos de Verano y Pintura Intergeneracional al Aire Libre, con Homenaje del Ayuntamiento de Valdepeñas a los Mayores en el mes de septiembre.

PARA MÁS INFORMACIÓN PUEDEN DIRIGIRSE AL CENTRO DE MAYORES EN C/ BONILLAS, 1 - TEL. 926 32 15 42 - 926 32 40 07
www.jccm.es/bsoc/cenmay/cmvaldepenyas